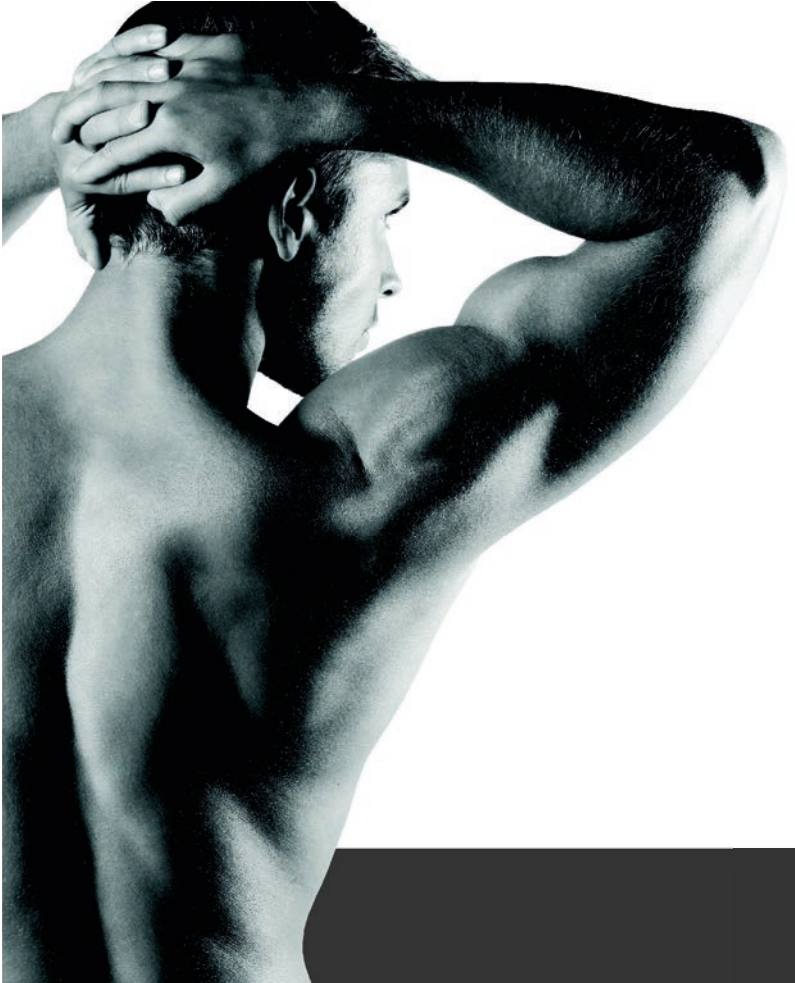


SLENDERTONE®
Arms

Instruction Manual

MODE D'EMPLOI
GEBRAUCHSANWEISUNG
MANUAL DE USUARIO
GEBRUIKSAANWIJZINGEN
ISTRUZIONI PER L'USO
INSTRUÇÕES PARA A UTILIZAÇÃO

www.slendertone.com

BIENVENIDO

Felicidades por adquirir SLENDERTONE ARMS y dar el primer paso para conseguir unos brazos más firmes, fuertes y mejor definidos. Como médico y consejera delegada de Bio-Medical Research Ltd., una empresa con más de 40 años de experiencia en la industria de los dispositivos médicos, me alegra poderle ofrecer este producto clínicamente probado. Está a punto de conseguir la forma corporal con la que siempre soñó, no pierda un minuto - ¡prepare su ACCESORIO SLENDERTONE ARMS y disfrute de su primera sesión ahora mismo!

Patricia A. Smith

Patricia A. Smith
CEO Slendertone

POR QUÉ LE VA A ENCANTAR

En SLENDERTONE estamos muy satisfechos de haber desarrollado un producto para los brazos clínicamente probado que proporciona resultados reales. Este sistema intercambiable le permite incorporar el mismo controlador manual a una gama completa de accesorios, que reafirman, fortalecen y tonifican diversas zonas de su cuerpo. Vea la página www.slendertone.es si desea disponer de más detalles. Puede compartir el controlador con sus amigos o su pareja cuando adquiera un accesorio de SLENDERTONE, lo que le permitirá crear y personalizar una colección completa de tonificación corporal.

SLENDERTONE ARMS utiliza la tecnología C.S.I., clínicamente probado y patentada de SLENDERTONE. Se envía una señal a los nervios a través de los electrodos, que a su vez contraen los músculos bíceps y tríceps.

El SLENDERTONE ARMS es un estimulador muscular electrónico diseñado para aumentar el rendimiento de los músculos bíceps y tríceps. También se puede utilizar, bajo supervisión médica, para la rehabilitación de un músculo que ha quedado dañado por inmovilidad o lesión.

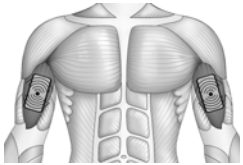
HAGA QUE TRABAJE POR USTED

Si desea obtener el mejor rendimiento de su ACCESORIO SLENDERTONE ARMS, siga el plan de 30 días y utilice su unidad 3 veces por semana en un nivel de intensidad que le resulte cómodo. Le recomendamos que deje transcurrir como mínimo 48 horas entre una sesión y la siguiente. Utilícelo como parte de un estilo de vida saludable y normal.

Lea atentamente las instrucciones antes del uso.
Patricia A. Smith

LA CIENCIA QUE HAY DETRÁS DE SLENDERTONE

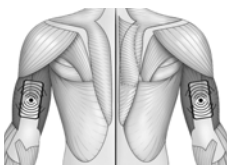
SLENDERTONE ARMS usa la tecnología patentada de tonificación C.S.I. para suministrar señales directamente a su sistema neuromuscular, que crean contracciones que ejercitan y tonifican sus músculos.



BÍCEPS

Paso 1: Las señales se envían entre los electrodos. Las señales activan los nervios que controlan los bíceps y los tríceps.

Paso 2: A medida que la potencia de la señal aumenta, los nervios, a su vez, causan que los músculos se contraigan y se relajen rítmicamente.



TRÍCEPS

El resultado: Un ejercicio muscular profundo y efectivo. ¡Es como si SLENDERTONE hiciera el esfuerzo por usted!

PRECAUCIONES

Lea estas precauciones antes de utilizar el ACCESORIO SLENDERTONE ARMS:

- Sólo debe utilizar este producto cuando esté sentado y relajado, con los brazos ligeramente flexionados y sobre su regazo.
- No estire los brazos durante la sesión, ya que podría causar que la sesión no sea efectiva y cierta incomodidad.
- No utilice nunca SLENDERTONE ARMS mientras realiza cualquier actividad con los brazos o las manos.
- Es posible que los brazos se muevan involuntariamente durante la sesión.
- Sujete la unidad en las manos durante la sesión.
- No apriete las correas en exceso alrededor de los brazos.
- Si los cables de los accesorios están dañados o expuestos, se deben sustituir inmediatamente.

¿QUÉ PRODUCTOS INCLUYE LA CAJA?

Este es el contenido del paquete de accesorios para brazos de SLENDERTONE. El paquete de accesorios no contiene unidad ni cargador.

1. Accesorios para los brazos.
2. Electrodos adhesivos.
3. Estuche SLENDERTONE.
4. Instrucción Documentación.

NOTA: Para utilizar este accesorio para brazos, necesitará el controlador que se encuentra disponible con SLENDERTONE ABS o SLENDERTONE BOTTOM. Descubra todos nuestros productos en www.slendertone.es o llámenos al 900994467.

¡PREPARE SU ACCESORIO SLENDERTONE ARMS AHORA MISMO!

Si necesita ayuda para preparar su unidad o desea realizarnos cualquier otra consulta, póngase en contacto con nosotros en su número de atención al cliente local o por correo electrónico:
Tél: España: 900994467
Internaciónal: +353 94 902 9936
Correo electrónic - info@slendertone.com

CONTROLES DE LA UNIDAD

1. Botón de encendido / apagado (⏻)
Pulse y mantenga pulsado durante 2 segundos este botón para encender o apagar la unidad. También puede detener el ejercicio pulsando brevemente este botón.

2. Aumentar la intensidad de la tonificación (▲)
Pulse y mantenga pulsados estos botones para aumentar la intensidad del ejercicio. El botón derecho controla la prenda con la marca R. El botón izquierdo controla la prenda con la marca L.

3. Disminuir la intensidad de la tonificación (▼)
Pulse y mantenga pulsados estos botones para disminuir la intensidad de la señal en cada brazo.

4. Botón de programas (P)
Pulse este botón para seleccionar el programa de tonificación que desee utilizar. Existen 3 programas en total que se explican más adelante en este manual (página 8).

5. Botón de información (i)
Pulse este botón para ver la información sobre el entrenamiento, como la intensidad máxima de su sesión actual o durante la última sesión que ha realizado y el número de sesiones que ha completado.

PANTALLA DE LA UNIDAD

50	Intensidad de la tonificación del accesorio del brazo izquierdo.
46	Intensidad de la tonificación del accesorio del brazo derecho.
10:08	Descuenta el tiempo que queda de la sesión actual. También muestra los mensajes de error (consulte la página 9).
	Aparece cuando se ha detenido el ejercicio.
	Indica que el sonido está apagado.
	El bloqueo está activo: no puede cambiar accidentalmente los niveles de intensidad ni el programa.
	Este símbolo indica un mal contacto entre la unidad y los accesorios o entre los electrodos y la piel (consulte la página 10 para obtener más detalles).
	Muestra la energía restante en las baterías.
#	Número de sesiones completadas.
2	Muestra el programa actualmente en curso (1 - 3).
	Este símbolo aparece durante cada fase de contracción.
92 87	Máxima intensidad de la sesión actual / última sesión.

PREPARACIÓN DEL CARGADOR

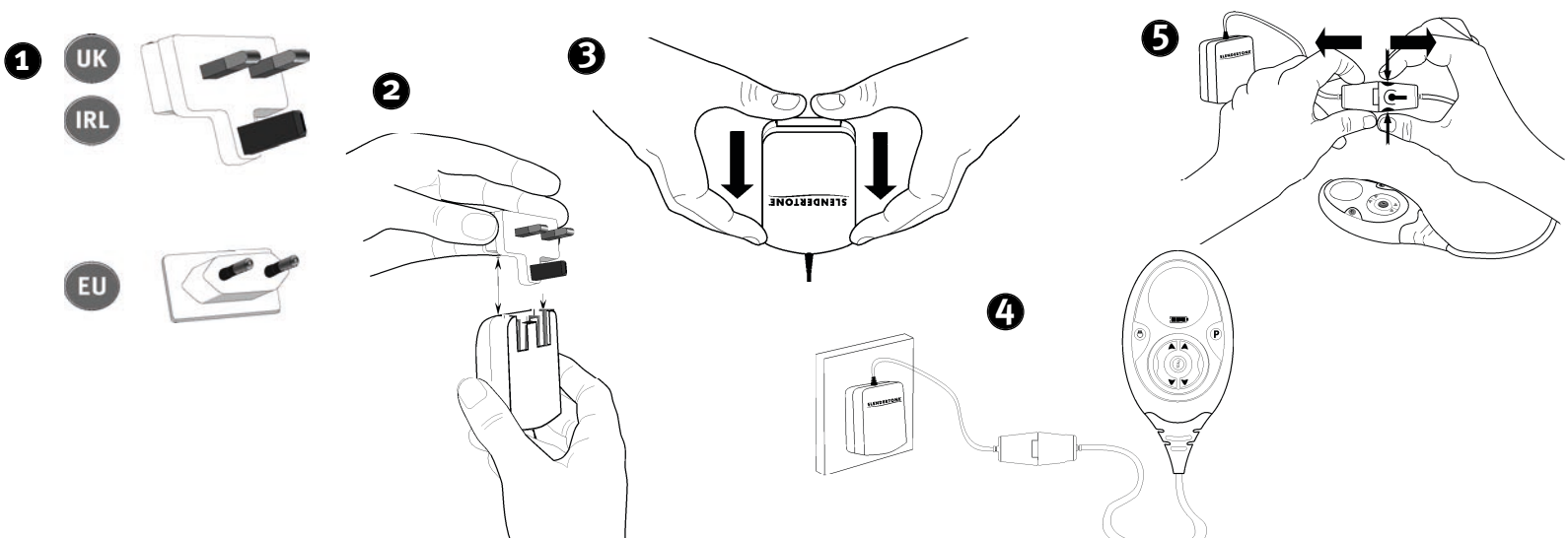
1. Utilice el enchufe de dos clavijas (Europa), o bien el enchufe de 3 clavijas (RU/ Irlanda).

2. Conecte el enchufe al cuerpo principal del cargador.

3. Presione el enchufe hacia el interior del cargador hasta que encaje emitiendo un “clic”.

4. Conecte el otro extremo del cable del cargador a la unidad. Enchufe el cargador a una toma de corriente y encienda la toma de corriente. La batería tardará aproximadamente 2-3 horas en cargarse por completo.

5. Su unidad estará cargada por completo cuando las tres secciones del icono de la batería que se muestra en la pantalla estén llenas.



PREPARACIÓN DEL ACCESORIO

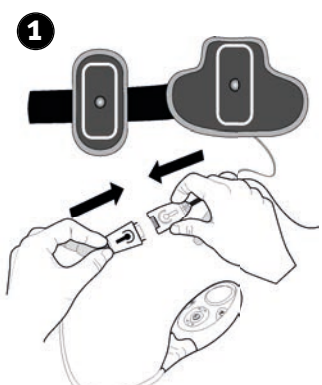
1. Conecte la unidad a los accesorios. La unidad y los accesorios deben conectarse correctamente para que su SLENDERTONE ARMS funcione. Encaje con un “clic” el conector de la unidad dentro del conector del accesorio.

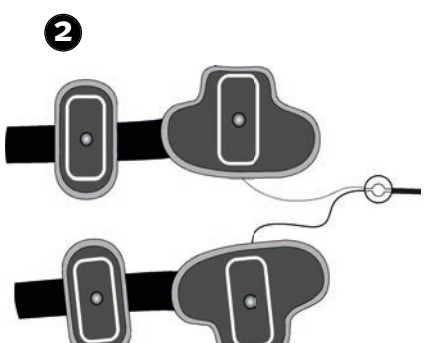
2. Oriente los accesorios con los cuatro conectores plateados orientados hacia usted. Saque los electrodos adhesivos de su embalaje. Comprobará que un lado de cada electrodo presenta un diseño en rejilla, mientras que el otro lado es de color negro liso.

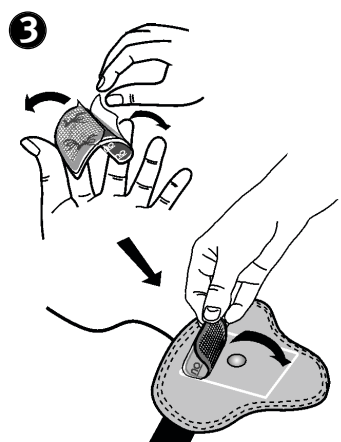
3. Retire las cubiertas del lado con el diseño en ***rejilla*** de los cuatro electrodos. Sitúe el lado de la ***rejilla*** de los electrodos sobre los conectores plateados y dentro de las líneas blancas.

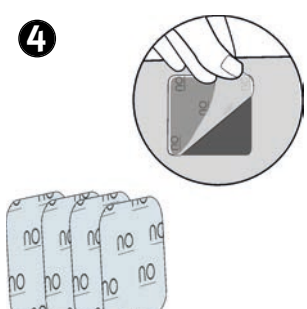
4. Retire las cubiertas del lado ***negro*** de los cuatro electrodos. No las tire, ya que necesitará volver a colocarlas en los electrodos al finalizar su sesión.

NOTA:
Asegúrese de usar únicamente electrodos SLENDERTONE, dado que el resto de electrodos reducen la eficacia del ejercicio.









COLOCACIÓN CORRECTA DE LOS ACCESORIOS

1. Tome la prenda con la marca **'R'** y colóquela en la parte más grande, en el centro, sobre el tríceps del brazo **DERECHO**. Asegúrese de que la parte más ancha mira hacia el codo.

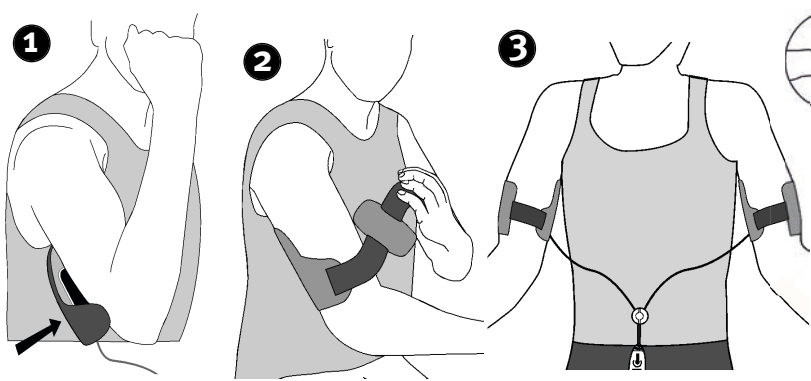
2. A continuación, rodee la parte EXTERIOR de su brazo con la correa y coloque la sección pequeña y oval centralmente sobre su bíceps. A continuación, ajuste la correa con firmeza, pero con comodidad, alrededor de su brazo.

3. Repita los pasos 1 y 2, coloque la prenda con la marca **'L'** sobre el brazo **IZQUIERDO**.

4. Encienda su unidad de control pulsando el botón de encendido/ apagado durante 2 segundos. Seleccione el programa que desee utilizar y aumente la intensidad hasta un nivel intenso y confortable.

IMPORTANTE:

- Antes de aumentar la intensidad, asegúrese de que los electrodos cubren por completo todos los conectores plateados. Presione con firmeza el borde de los electrodos contra el material antes de cada sesión.
- Es posible que sienta un leve hormigueo en los antebrazos durante una sesión. Un simple cambio en la posición de los brazos puede solucionar este problema. Si persistiera, pausar la unidad y ajustar ligeramente la posición de los brazaletes.



Una vez finalice su sesión, quítese los accesorios, vuelva a colocar las cubiertas en los electrodos y guarde la unidad en un lugar seguro hasta la siguiente sesión.

Importante:
Asegúrese siempre de que la unidad está apagada antes de quitarse los accesorios.

¿Tiene alguna pregunta? Sólo tiene que llamarnos.
España: 900994467
Internaciónal: +353 94 902 9936

SIGA SUS PROGRESOS

Registre los niveles de intensidad más altos en su diario (consulte la parte posterior de este manual de instrucciones). El diario siguiente muestra el plan de un usuario. Cada cuadro muestra el nivel de intensidad de tonificación de los brazos para cada accesorio. El nivel de intensidad variará de una persona a otra. Rellene el diario después de cada sesión de tonificación. Deje su diario en un lugar accesible para consultarlo regularmente. Esto le ayudará a motivarse para alcanzar su objetivo.

PROGRAMA DE RENDIMIENTO

Semana 1	Sesión 1	Sesión 2	Sesión 3
	BRAZO IZQUIERDO BRAZO DERECHO		
Semana 2	Sesión 1	Sesión 2	Sesión 3
Semana 3	Sesión 1	Sesión 2	Sesión 3
Semana 4	Sesión 1	Sesión 2	Sesión 3

PROGRAMAS DE SLENDERTONE ARMS

SLENDERTONE ARMS ofrece tres programas.

El Programa 1 es un programa de acondicionamiento, para mejorar el tono muscular y la definición de los brazos.
El Programa 2 es el programa más intenso y tonificará y fortalecerá los músculos de sus brazos, al mismo tiempo que mejorará su definición.
El Programa 3 es un programa de potenciación muscular que aplica contracciones breves y potentes para tonificar el brazo.

- Una vez haya seleccionado un programa, la unidad continuará utilizando ese programa hasta que lo cambie.
- Le recomendamos no utilizar el producto más de tres veces por semana y que deje transcurrir como mínimo 48 horas entre una sesión y la siguiente.

Nota: No es posible cambiar un programa durante una sesión, debe apagar la unidad y volver a encenderla. A continuación, puede seleccionar un programa diferente pulsando el botón de programa.

Programa	Repeticiones	Duración	Intensidad
Acondicionamiento	30	15 minutos	0-99
Fuerza	20	12 minutos	0-99
Potencia	15	10 minutos	0-99

FUNCIONES ADICIONALES DE LA UNIDAD

Botón de información (i)
Pulse el botón de información en cualquier momento durante una sesión para ver el mayor nivel de intensidad que ha alcanzado en dicha sesión (Fig. a). Al pulsar dos veces el botón de información se muestra el número total de sesiones que ha completado. Mientras pulsa tres veces el botón de información se identifica el tipo de producto que está utilizando.

Fig. a

Función de silencio ( )
Si desea apagar los efectos de sonido de la unidad, pulse y
mantenga pulsado el botón de programas durante dos segundos (Fig. b). La función de silencio permanece activa indefinidamente a menos que se cambie manualmente. Desactive la función de silencio pulsando de nuevo el botón de programas durante dos segundos.

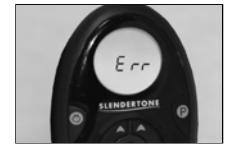
Fig. b

Función de bloqueo ( )
Si encuentra un nivel de intensidad que le resulta cómodo, pulse y mantenga pulsado el botón de información durante dos segundos para bloquear dicha intensidad (Fig. c). Esta función sólo permanece activa durante la sesión en la que se activa. Si desea aumentar aún más la intensidad, desactive la función de bloqueo pulsando de nuevo el botón de información durante dos segundos.

Fig. c

Mensajes de error
En el caso improbable de que surja un problema con la unidad, aparecerá el mensaje “Err” en la pantalla de la unidad (Fig. d). Si esto sucede, debe apagar la unidad y volver a encenderla a continuación. Ahora debería funcionar correctamente. Si el problema persiste, llame a la línea local de atención al cliente para obtener más ayuda.

Fig. d



Alimentación por batería / Sustitución de la batería
El icono de la batería de la pantalla parpadeará cuando la batería se esté agotando y sea necesario recargarla. Tras un periodo de tiempo, puede que descubra que la batería sólo alimenta a la unidad durante un número limitado de sesiones y necesita que la cargue con más frecuencia. Esto es debido a que las baterías recargables tienen un número limitado de ciclos de carga y puede que sea necesario sustituirlas.

Fig. e

Fig. f

Si necesita sustituir la batería recargable, retire la clavija de plástico de la cubierta posterior de la unidad (Fig. e), desatornille la cubierta posterior y retírela. Sustituya el paquete de baterías con un paquete de baterías nuevo (Fig. f) y vuelva a colocar la cubierta de las baterías. Puede adquirir un paquete de baterías nuevo poniéndose en contacto con la línea de atención al cliente de SLENDERTONE.

LISTA DE LOCALIZACIÓN DE ERRORES

Si tiene problemas para que funcione el SLENDERTONE ARMS, debería repasar la siguiente lista:

☑ **¿Ha cargado su batería?**
Su batería tarda 2-3 horas en cargarse por completo.

☑ **¿Su cargador está conectado correctamente?**
Presione el enchufe de 2 clavijas o de 3 clavijas hacia el interior del cargador hasta que encaje en su sitio con un “clic”.

☑ **¿Ha introducido la unidad por completo en el accesorio?**
Asegúrese de que está conectada correctamente. Para liberarla, pulse los botones exteriores en el conector y vuelva a insertarla.

☑ **¿Los electrodos cubren los conectores metálicos?**
Vuelva a comprobar los electrodos en su accesorio del brazo para asegurarse de que los lados con el diseño en rejilla de cada electrodo cubren los conectores metálicos.

☑ **¿Ha retirado todas las cubiertas de plástico de ambos lados de los electrodos?**
Acuérdese de guardar un grupo de cubiertas para cubrir los electrodos durante el almacenamiento.

☑ **¿Cuándo cambió por última vez los electrodos?**
Es preciso cambiar los electrodos cada 20-30 sesiones. Póngase en contacto con nuestra línea de atención para realizar un pedido.

☑ **¿Ha aparecido el símbolo Pad Contact (⚠) en la pantalla?**
La unidad y los accesorios no están conectados correctamente.

¿Persiste el problema? Llame
• España: 900994467 • Internaciónal: +353 94 902 9936
• info@slendertone.com
Visite www.slendertone.es para ver nuestras últimas novedades.

* El ⚠ símbolo siempre aparece junto con las luces de intensidad izquierda/derecha. Si se enciende la luz izquierda, hay un problema con el accesorio del brazo izquierdo, pero si se enciende la luz derecha, el accesorio del brazo derecho funciona incorrectamente. Si se encienden ambas luces, hay problema con ambos accesorios.

CUIDADO DE LOS ACCESORIOS

Puede limpiar los accesorios con una esponja ligeramente humedecida después de haber retirado los electrodos. Siga siempre las instrucciones de limpieza cuando limpie los accesorios.

No lave nunca los accesorios ni a máquina ni a mano. Limpie siempre los accesorios con un trapo o una esponja ligeramente humedecida.

No utilice lejía cuando lave los accesorios.

No limpie en seco los accesorios.

No seque los accesorios en secadora. Séquelos en una superficie plana. No seque los accesorios sobre objetos calientes (p. ej., un radiador), ya que contienen piezas de plástico. Asegúrese de que los accesorios están completamente secos antes de volver a utilizarlos.

No planche nunca los accesorios.

PREGUNTAS MÁS FRECUENTES

El estímulo no resulta agradable. ¿Cómo puedo mejorar esto?

- Asegúrese de que los electrodos están correctamente colocados y firmemente presionados contra la piel, consulte las páginas 6 y 7. Apague la unidad y vuelva a colocar los accesorios en caso necesario.
- Asimismo, puede esparcir unas gotas de agua sobre la superficie negra de los electrodos, pero con cuidado para que no entre agua en la unidad. Esto puede mejorar la comodidad de la estimulación muscular. ¡Asegúrese de que la unidad esté APAGADA antes de hacerlo!
- Asegúrese de que los conectadores metálicos estén totalmente cubiertos por los electrodos.

La piel se me enrojece después de cada sesión. ¿Por qué?

- Es natural cierto enrojecimiento de la piel tras una sesión. En parte, se debe a un incremento del flujo sanguíneo y debería desaparecer después del tratamiento. También puede observar un leve enrojecimiento de la piel debido a la presencia de los accesorios. Se trata del mismo tipo de marcas de presión que causa la ropa ceñida. No debe preocuparse por esto. Se le quitarán poco después de que se quite los accesorios.
- Si es excesivo, tal vez se deba a que haya seleccionado una intensidad demasiado alta. Si el problema persiste, debe dejar de usar la unidad.

¿El producto causa dolores musculares?

- Al igual que ocurre con cualquier tipo de ejercicio, puede esperarse que se produzcan dolores musculares. Seleccione una intensidad baja de tonificación en el ACCESORIO SLENDERTONE ARMS si experimenta dolor muscular.

¿Cómo sabré cuándo cambiar los electrodos?

- Si la señal se debilita, aunque las baterías estén bien, suele ser porque las electrodos están desgastadas y hay que sustituirlas.
- Compruébelo introduciendo nuevas baterías y/o ajustando los brazaletes para asegurarse de que está en la posición correcta.
- Puede comprar las electrodos a su proveedor de SLENDERTONE más próximo, en www.slendertone.es o llamando al teléfono de atención al cliente de SLENDERTONE.

¿Puedo utilizar el ACCESORIO SLENDERTONE ARMS para tratar los músculos debilitados a causa de la pérdida de tono tras una lesión?

- Sí. La unidad se puede utilizar para la recuperación o la compensación tras una lesión. Sin embargo, debe consultar a su médico o su fisioterapeuta para establecer un programa de rehabilitación con el ACCESORIO SLENDERTONE ARMS, a fin de lograr una mejoría segura en el fortalecimiento y la tonificación de los bíceps y los tríceps.

El rendimiento de la batería ha empeorado considerablemente.

- Tras un periodo de tiempo prolongado puede observar un empeoramiento del rendimiento de la batería de la unidad. En este momento, deberá adquirir una nueva batería recargable. Puede adquirir nuevas baterías recargables poniéndose en contacto con la línea de atención al cliente de SLENDERTONE o visitando la página www.slendertone.es.

COSAS PERMITIDAS Y COSAS PROHIBIDAS

Todo adulto con buena salud puede usar SLENDERTONE ARMS. Sin embargo, al igual que al practicar otras formas de ejercicio, es preciso tomar ciertas precauciones cuando lo use; por tanto, le recomendamos que siga siempre los puntos que se indican a continuación y que lea las instrucciones de orientación antes de usarlo. Algunos de los puntos que siguen son adecuados sólo para un sexo.

Le rogamos que no use el producto si:

- Tiene un implante electrónico (p. ej., un marcapasos o defibrilator) o si sufre cualquier patología cardíaca.
- Si está embarazada.
- Si padece cáncer, epilepsia o si está en tratamiento médico por disfunción cognitiva.
- La unidad está muy cerca (p. ej., 1 m) de un equipo de terapia de onda corta o de microondas.
- Si usted está conectada a un equipo quirúrgico de alta frecuencia.
- El uso del dispositivo implica su colocación en áreas en las que se estén administrando medicamentos por vía intravenosa (a corto o largo plazo), como por ejemplo, tratamientos hormonales.

Le rogamos que obtenga la autorización de su médico o fisioterapeuta antes de usar este producto si:

- Si desea utilizar el cinturón SLENDERTONE y tiene problemas de espalda. En este caso, además, debe asegurarse de mantener una intensidad baja.
- Si sufre una enfermedad grave o cualquier lesión no mencionada en esta guía.
- Si ha sufrido una intervención quirúrgica recientemente.
- Si toma insulina para tratar la diabetes.
- Si desea usarlo con un niño pequeño.
- Si tiene problemas musculares o articulatorios.
- Si el uso del dispositivo forma parte de un programa de rehabilitación.

Cuando se aplican los electrodos y los accesorios, acuérdese siempre de:

- Colocar los electrodos y los accesorios SÓLO como se indica en este manual.
- Evitar colocar los electrodos o los accesorios en la parte delantera o los lados del cuello, cruzando el corazón (p. ej., un electrodo en la parte delantera del tórax y uno en la parte posterior), en la región genital o en la cabeza. (Existen otras unidades de tonificación disponibles para otras zonas del cuerpo; la página www.slendertone.es o su distribuidor local le proporcionarán más información)
- La aplicación de electrodos cerca del tórax puede aumentar el riesgo de fibrilación cardiaca.
- Evite las cicatrices recientes o zonas en que la piel esté resquebrajada o inflamada, zonas infectadas o con propensión al acné, la trombosis o cualquier otro problema vascular (p. ej., venas varicosas), así como cualquier otra parte del cuerpo en que la sensibilidad se vea limitada.
- Evite zonas con lesiones o limitadas en su capacidad de movimiento (p. ej., fracturas o torceduras).
- Evite colocar las electrodos directamente sobre implantes metálicos. Colóquelas en el músculo más próximo.

Posibles reacciones adversas:

- Se han registrado algunas reacciones cutáneas aisladas en personas que usan dispositivos de estimulación muscular, incluidas alergias, enrojecimiento prolongado de la piel y acné.
- En ocasiones muy poco habituales, al utilizar la EMS por primera vez, algunos usuarios han informado de sensación de mareo o desvanecimiento. Le recomendamos que se siente para utilizar el producto hasta que se haya acostumbrado a la sensación.

Para volver a colocar los electrodos durante una sesión:
- Interrumpa siempre el programa en curso, desabroche los accesorios y vuelva a abrocharlos una vez ajustada la posición de los electrodos.

Tras una sesión dura de ejercicio:
- Utilice siempre una intensidad baja para evitar la fatiga muscular.

Póngase en contacto con SLENDERTONE o con un proveedor autorizado si:
- La unidad no funciona correctamente. Entre tanto, no use la unidad.
- Experimenta irritación, reacciones cutáneas, hipersensibilidad u otras reacciones adversas. En cualquier caso, debe tener en cuenta que puede aparecer cierto enrojecimiento de la piel bajo el cinturón durante la sesión, que persistirá brevemente una vez terminada.

Nota:
- Un tratamiento eficaz no debe producir ningún tipo de sensación desagradable indebida.

Importante:
- Mantenga la unidad fuera del alcance de los niños.
- Los conectores, las cables y las electrodos no deben conectarse a otros objetos.
- No use la unidad al mismo tiempo que otro dispositivo que transmita corriente eléctrica a su cuerpo (p. ej., otro estimulador muscular).
- Pare de utilizar su unidad si se sintiera mareado o débil. Si esto se produce, consulte a su médico.
- No toque las electrodos o los conectores metálicos mientras la unidad esté encendida.
- Evite su uso mientras conduce, cruza una calle, maneja una máquina o pasea en bicicleta.
- Para los usuarios primerizos, la estimulación muscular puede ser una sensación extraña. Se recomienda comenzar con intensidades bajas de estimulación para familiarizarse con la sensación antes de avanzar a intensidades de estimulación más altas.
- Los accesorios del brazo sólo los debe utilizar una persona. No comparta los accesorios con nadie más.
- No realice sobre esfuerzos al utilizar la estimulación muscular. Cualquier ejercicio debe realizarse a un nivel confortable para usted.
- No coma ni beba mientras utiliza la unidad SLENDERTONE ARMS.
- SLENDERTONE no asumirá responsabilidad alguna si las directrices e instrucciones adjuntas a la unidad no se siguen adecuadamente.
- Aunque cumple con los requisitos de EMC pertinentes, este dispositivo puede interferir con otro equipo más sensible. Si esto ocurre, cámbielo de lugar o apáguelo.

Nota: Si, por alguna razón, tiene la menor duda acerca del uso de el ACCESORIO SLENDERTONE ARMS, le rogamos que consulte a su médico antes de utilizarlo.

GARANTÍA DEL PRODUCTO

Si la unidad diese muestras de sufrir algún fallo en un plazo de dos años a partir de su compra, SLENDERTONE se compromete a sustituir o reparar la unidad completa o cualquiera de los componentes en los que se detecte el fallo, sin cargo alguno por mano de obra o materiales *, siempre que:

- la unidad se haya empleado para el uso previsto y en el modo descrito en este manual de instrucciones.
- no haya sido conectada a una fuente de alimentación para la que no está adaptada.
- no se haya usado de forma impropia o negligente.
- sólo haya sido modificada o reparada por un agente autorizado por SLENDERTONE.

La presente garantía se completa con las obligaciones nacionales relativas a la garantía y no afecta en modo alguno a sus derechos como consumidor.

* Esto excluye las piezas consumibles (p. ej., electrodos, accesorios, etc.), cuando se vean afectadas por el desgaste normal como consecuencia del uso.

ESPECIFICACIONES TÉCNICAS

Mantenimiento de la unidad

La unidad no debe estar expuesta a excesiva luz solar. No deje que se moje el interior. No utilice detergentes, alcohol, aerosoles o disolventes fuertes para limpiarla.

No es necesario acceder al interior de la unidad para su mantenimiento.

Si la unidad está defectuosa, no la utilice; devuélvala a SLENDERTONE o a su proveedor local para su sustitución o reparación. Las reparaciones, la asistencia técnica y las modificaciones no pueden llevarse a cabo más que por personal técnico autorizado por SLENDERTONE.

IMPORTANTE: En ninguna circunstancia utilice con la unidad baterías diferentes a las adecuadas (baterías recargables NiMH de 3,6 V). Puede adquirirlas en la línea de atención al cliente de SLENDERTONE.

Eliminación de los electrodos y las baterías

Los electrodos y baterías usados no deben desecharse en el fuego; hágalo según la normativa nacional vigente para la eliminación de este tipo de materiales.

NOTAS: La señal aumenta gradualmente hasta el nivel de intensidad más elevado al inicio de la fase de contracción (es decir, una subida) y desciende gradualmente hasta llegar a cero al inicio de la fase de relajación (es decir, una bajada). Cuando el símbolo ⚠ parpadea, el estímulo es bastante reducido.

Tipo de Producto: 397

Uso previsto: Estimulador muscular.

Clasificación: aparato por alimentación interna, cargador de clase II, partes aplicadas tipo BF.

Forma de onda: Onda simétrica bifásica cuadrada, medida en carga resistiva.

Accesorios

Cuando solicite nuevos electrodos, asegúrese de que llevan la marca SLENDERTONE. Bajo ninguna circunstancia debería utilizar accesorios que no sean SLENDERTONE con el cargador SLENDERTONE o con la unidad SLENDERTONE (tipo 390). Otras marcas podrían no ser compatibles con la unidad y reducir los niveles imprescindibles de seguridad.

Cinturón SLENDERTONE ABS para mujer (E:70)
Cinturón SLENDERTONE ABS para hombre (X:70)
Electrodos SLENDERTONE ABS:
- 1 electrodo grande (Tipo 706 ó 709)
- 2 electrodos pequeños (Tipo 707 ó 710)

Pantalones SLENDERTONE BOTTOM (E:30)
Electrodos SLENDERTONE BOTTOM:
- 4 electrodos pequeños (Tipo 716)

Accesorios para los brazos SLENDERTONE ARMS para mujer (E:60)
Accesorios para los brazos SLENDERTONE ARMS para hombre (X:60)
Electrodos SLENDERTONE ARMS:
- para mujer 4 electrodos pequeños (Tipo 715)
- para hombre 4 electrodos pequeños (Tipo 718)

Extensión de cinturón SLENDERTONE

Baterías (3,6 V, NiMH)
Cargador (EU - 2504-0303)
Cargador (LOS E.E.U.U. / Japón - 2504-0302)
El cargador cumple con la normativa EN 60950. Entrada: voltaje nominal de 100-240 V, frecuencia de 50-60 Hz, corriente de 125 mA. No utilice otros cargadores ni otras fuentes de energía.

Especificaciones medioambientales
Funcionamiento: Intervalo de temperatura: 0 a 35 °C Humedad: 20 a 65 % HR
Almacenamiento: Intervalo de temperatura: 0 a 55 °C Humedad: 10 a 90 % HR

Descripción de los símbolos de la unidad:
Existe una serie de marcas técnicas en la unidad. Su interpretación es la siguiente:

La unidad y el accesorio son fabricados por Bio-Medical Research Ltd., Parkmore Business Park West, Galway, Irlanda.

La unidad necesita 1 batería de 3,6 voltios CC (NiMH). CC viene indicado por el símbolo: ⎓

La frecuencia de salida indica el número de impulsos por segundo transmitidos por la unidad. Esta frecuencia se mide en hercios (Hz).

Salida (RMSA) es el valor cuadrático medio máximo de corriente para cada canal.

Potencia (RMSV) es el valor cuadrático medio máximo de voltaje para cada canal.

Este símbolo indica “Atención: consulte la documentación adjunta”.

Este símbolo indica las partes aplicadas tipo BF.

CE 0366 Este símbolo de la unidad SLENDERTONE indica la conformidad con los requisitos de la directiva relativa a los productos sanitarios (93/42/CEE). 0366 es el número del organismo notificado (VDE).

INTERTEK ETL LISTED c US 3124343 CLASSIFIED

Conforme a: UL STD 60601-1
Certificado a: CAN/CSA
STD C22.2 NO 601.1

En el interior de la caja, en la parte posterior de la unidad hallará el número de serie de la misma. La letra que precede al número indica el año de fabricación, donde “P” a 2010, “Q” a 2011, etc.

El número de lote del cinturón está impreso en el embalaje del mismo, que se encuentra junto al símbolo LOT.

Voltaje/Corriente de salida nominal: X :60

Parámetros	**500Ω**	**1KΩ**	**1K5Ω**
Salida RMSV	3.8V	7V	7.9V
Salida RMSA	7.7mA	7mA	5.3mA
Frecuencia de salida	50Hz	50Hz	50Hz
Componente DC: Aproximadamente	0 C	0 C	0 C
Ancho de impulsos positivos:	100-125µs	100-125µs	100-125µs
Ancho de impulsosnegativos:	100-125µs	100-125µs	100-125µs
Intervalo de interfase:	100 µs	100 µs	100 µs

NOTA: Conforme a las leyes de los estados miembros, el control de seguridad del dispositivo debería llevarse a cabo cada dos años.
NOTA: De conformidad con la legislación alemana, el control de seguridad del producto debe llevarse a cabo cada dos años por un servicio de control autorizado.

Atención: Esta unidad puede administrar corrientes superiores a 2mA/cm² si se utiliza con los electrodos incorrectos.

MATERIALES DEL ACCESSORIO
Exterior: 80% Nylon, 20% poliéster; Interior: 100% poliéster laminado en 100% policloropreno; Forro: 100% Nylon; Gancho y presilla: 100% Nylon, Relleno: EVA; Bandas Elásticas: 100% Nylon.

Al finalizar la vida útil del producto, por favor no lo arroje al cubo de la basura habitual de su vivienda. Llévelo a un punto limpio para reciclado de equipos electrónicos. Algunos de los materiales de este producto pueden ser reutilizados si los lleva a un punto limpio.

Al reutilizar algunas piezas o materias primas de productos usados, hace una importante contribución a la protección del medio ambiente. Por favor, póngase en contacto con las autoridades locales si necesita más información sobre puntos limpios en su zona.

Los equipos eléctricos y electrónicos de desecho pueden tener efectos potencialmente dañinos para el medio ambiente. Si se desechan incorrectamente pueden hacer que se acumulen toxinas peligrosas en el aire, el agua y el suelo, que pueden resultar dañinas para la salud humana.

INFORMACIÓN DE LA BATERÍA - ARGA Y DESCARGA DE LA BATERÍA

Este dispositivo recibe alimentación de una batería recargable. Una batería nueva alcanzará su máximo rendimiento después de realizar 2 o 3 ciclos completos de carga y descarga.

Aunque la batería puede cargarse y descargarse cientos de veces, finalmente acabará por agotarse. Para garantizar un rendimiento óptimo de la batería deberá utilizar el dispositivo de forma regular (por ejemplo: 1 sesión por día, 5 días a la semana).

Si se utiliza por primera vez una batería de sustitución o si la batería no se ha utilizado durante un periodo de tiempo prolongado, puede que resulte necesario conectar el cargador y, a continuación, desconectarlo y volverlo a conectar para iniciar el proceso de carga.

Desenchufe el cargador de la toma eléctrica y del dispositivo cuando no se esté utilizando. No deje la batería completamente cargada conectada a un cargador, ya que la sobrecarga podría reducir su vida útil. Si se deja sin utilizar, una batería completamente cargada perderá su carga con el paso del tiempo.

Si la batería está completamente descargada, puede que el indicador de carga tarde algunos minutos en aparecer en la pantalla. Utilice la batería únicamente según el objetivo para el que ha sido diseñada. No utilice un cargador o una batería que estén dañados.

El hecho de dejar la batería en lugares sometidos al frío o al calor como, por ejemplo, un coche cerrado en verano o en condiciones invernales, reducirá la capacidad y la vida útil de la misma. Trate de mantener la batería a una temperatura comprendida entre 15 °C y 25 °C (59 °F y 77 °F). Puede que un dispositivo con una batería caliente o fría no funcione de forma temporal, a pesar de que ésta se encuentre completamente cargada.

El rendimiento de la batería se verá especialmente limitado en temperaturas inferiores al punto de congelación.

No deseche las baterías al fuego, ya que podrían explotar. Asimismo, las baterías pueden explotar si están dañadas. Deseche las baterías según la normativa local vigente. Recíclelas en la medida de lo posible. No las deseche junto con la basura doméstica.

MANTENIMIENTO DE LOS ELECTRODOS

- Los electrodos son únicamente para uso personal.
- Asegúrese de tener la piel limpia y sin rastro de aceite, crema u otras lociones antes de su aplicación.
- La duración y la eficacia de los electrodos depende totalmente de su buen uso, almacenamiento y mantenimiento por el usuario, además del tipo de piel y del tipo, duración, frecuencia, intensidad y lugar de estimulación.
- Asegúrese de que tiene las manos limpias antes de manipular los electrodos. En lo posible, evite tocar la cara del electrodo que entra en contacto con la piel, tanto al aplicar como al retirar la prenda, pues se pueden traspasar aceites o partículas de la piel a la superficie del electrodo.
- Tras el uso, coloque las protecciones de la cara negra del electrodo y guarde la unidad en un lugar fresco y seco hasta su próximo uso.
- Los electrodos deben sustituirse regularmente, pues su superficie acumula restos de piel y se seca con el tiempo.

Week 1	Session 1	Session 2	Session 3
Week 2	Session 1	Session 2	Session 3
Week 3	Session 1	Session 2	Session 3
Week 4	Session 1	Session 2	Session 3

Semaine 1	Séance 1	Séance 2	Séance 3
Semaine 2	Séance 1	Séance 2	Séance 3
Semaine 3	Séance 1	Séance 2	Séance 3
Semaine 4	Séance 1	Séance 2	Séance 3

Woche 1	Sitzung 1	Sitzung 2	Sitzung 3
Woche 2	Sitzung 1	Sitzung 2	Sitzung 3
Woche 3	Sitzung 1	Sitzung 2	Sitzung 3
Woche 4	Sitzung 1	Sitzung 2	Sitzung 3

Semana 1	Sesión 1	Sesión 2	Sesión 3
Semana 2	Sesión 1	Sesión 2	Sesión 3
Semana 3	Sesión 1	Sesión 2	Sesión 3
Semana 4	Sesión 1	Sesión 2	Sesión 3

Week 1	Sessie 1	Sessie 2	Sessie 3
Week 2	Sessie 1	Sessie 2	Sessie 3
Week 3	Sessie 1	Sessie 2	Sessie 3
Week 4	Sessie 1	Sessie 2	Sessie 3

Settimana 1	Seduta 1	Seduta 2	Seduta 3
Settimana 2	Seduta 1	Seduta 2	Seduta 3
Settimana 3	Seduta 1	Seduta 2	Seduta 3
Settimana 4	Seduta 1	Seduta 2	Seduta 3

Semana 1	Sessão 1	Sessão 2	Sessão 3
Semana 2	Sessão 1	Sessão 2	Sessão 3
Semana 3	Sessão 1	Sessão 2	Sessão 3
Semana 4	Sessão 1	Sessão 2	Sessão 3

Week 1	Session 1	Session 2	Session 3
Week 2	Session 1	Session 2	Session 3
Week 3	Session 1	Session 2	Session 3
Week 4	Session 1	Session 2	Session 3

Week 1	Session 1	Session 2	Session 3
Week 2	Session 1	Session 2	Session 3
Week 3	Session 1	Session 2	Session 3
Week 4	Session 1	Session 2	Session 3

Week 1	Session 1	Session 2	Session 3
Week 2	Session 1	Session 2	Session 3
Week 3	Session 1	Session 2	Session 3
Week 4	Session 1	Session 2	Session 3

Week 1	Session 1	Session 2	Session 3
Week 2	Session 1	Session 2	Session 3
Week 3	Session 1	Session 2	Session 3
Week 4	Session 1	Session 2	Session 3

Week 1	Session 1	Session 2	Session 3
Week 2	Session 1	Session 2	Session 3
Week 3	Session 1	Session 2	Session 3
Week 4	Session 1	Session 2	Session 3

SLENDERTONE®
Arms

United Kingdom: 0845 070 77 77
Republic of Ireland: 1890 92 33 88
France: 0810 347 450
Deutschland: 0800 000 1094
España: 900994467
International: +353 94 902 9936

info@slendertone.com

Designed by & Manufactured for:
Bio-Medical Research Ltd., Parkmore Business Park West, Galway, Ireland.
Copyright: © 2011, Bio-Medical Research Ltd. All Rights Reserved
Part No: 2400-0403 Rev.: 1 Date of Issue: 11/11